

5

NÁSTROJŮ

PRO KRIZOVOU SITUACI S ŽÁKEM

ZACHOVEJTE KLID

Dokud se nepostaráte o vlastní bezpečí, nemůžete nikomu pomoci. Nepanikařte. Dopřejte si několik hlubokých nádechů a výdechů než začnete situaci řešit.

NEBUĎTE NA TO SAMI

Přivolejte si na pomoc kolegu nebo pro něj někoho pošlete. Nezapomeňte, že je dobré se u žáka nahodile nestřídat. Ideálně by se mu měl věnovat jeden dospělý, který se v tom momentu nezabývá ničím dalším.

ZEPTĚJTE SE ŽÁKA

Používejte jednoduché otázky jako: "Co by ti teď pomohlo?" Žáci často uvádějí jednoduché konkrétní věci, jako lehnout si či odejít do jiné místnosti. Akceptujte pocity žáka. Vymlouvat člověku silné emoce v krizové situaci nepomůže.

POSTAREJTE SE, ABY BYL ŽÁK V BEZPEČÍ

Nenechávejte žáka samotného. Snažte se zajistit tiché prostředí a teplo. Fyzické nepohodlí a silné smyslové vzruchy mohou emoce zesílit a krizi prohloubit.

ZPROSTŘEDKUJTE DALŠÍ PÉČI

Pokud je žák schopen komunikace, ideálně se s ním domluvte na dalších krocích. Někdy to není možné nebo jednáte přes jeho nesouhlas. I v takovém momentě mu ale řekněte, co se bude dít, jinak můžete psychickou krizi prohloubit.



www.dusevniservis.cz



Pomáhající **Plzeň**

Tisk letáku je financován z prostředků Statutárního města Plzně.